



Mwongozo wa Usafiri wa COVID-19 wa New Hampshire

Tarehe 12 Novemba 2020

Janga la ugonjwa wa virusi vipyta vyta corona 2019 (COVID-19) linaendelea kote ulimwenguni na ndani ya Marekani. Nchi nydingi, ikiwemo Marekani (angalia [mienendo ya jimbo binafsi](#)), zinaendelea kuwa na kesi nydingi za COVID-19, na maeneo mengi ambayo yalidhibiti milipuko yao ya asili sasa yanashuhudia kuongezeka kwa COVID-19. Maeneo mengi ya usafiri wa kimataifa yanaendelea kuwa na [Ilani ya Afya ya Kusafiri](#) inayoonyesha hatari kubwa ya COVID-19, na inapendekeza kutosafiri ikiwa sio kwa sababu muhimu. Kwa hivyo, safari yoyote ya kimataifa au ya nchini inaongeza uwezekano wa mtu kuambukizwa na kueneza COVID-19; kukaa nyumbani ndiyo njia bora ya kujikinga mwenyewe pamoja na wengine dhidi ya kuugua.

CDC ina mwongozo kwa watu [wanaosafiri ndani ya Marekani](#). Kwa sababu kusafiri kunaongeza uwezekano wa mtu kupata COVID-19 kuititia kukaribiana na watu wengine au sehemu za umma zilizochafuliwa, mtu yeyote anayesafiri anapaswa kuendelea kuepuka usafiri wa umma, aepuke mikusanyiko na watu ambao hawaishi naye kwenye nyumba moja, adumishe umbali wa angalau futi 6 katika yake na wengine, avae kifunika uso cha kitambaa anapokuwa katika maeneo ya umma, na atakase mikono yake mara kwa mara.

New Hampshire inapendekeza mwongozo ufuatao wa kusafiri na karantini kwa wakazi na wageni kwa NH ili kuzuia utangulizi na ueneaji wa COVID-19 katika jamii zetu kutoka maeneo nje ya NH ambayo yanaweza kuwa na ueneaji wa hali ya juu wa COVID-19 katika jamii. Kuna mwongozo tofauti kwa waajiri/wafanyakazi unaohusiana na kusafiri na karantini ulioainishwa kwenye [Miongozo ya Jumla](#) na [mwongozo](#) wa Usafiri wa Wafanyakazi wa NH DPHS, Uchunguzi, na Kujitenga. Mashirika mengine na watu binafsi ambao mwongozo wa biashara hauwezi kutumika (kwa mfano, shule za umma) yanapaswa kufuata mwongozo huu, au kutumia mwongozo huu kwa hali na mahitaji yao maalumu kwa kuandaa sera za kusafiri na karantini zinazoruhusu safari muhimu kuwepo huku yakilinda watu binafsi, familia, na jamii kutokana na utangulizi na ueneaji kwa COVID-19.

Mwongozo wa Karantini ya Usafiri

Wasafiri/wageni wanaolekeea **NA wakazi** wa NH wanahitaji [kujitenga kwa ajili ya karantini](#) kwa siku 14 kufuatia tarehe ya mwisho ya usafiri wowote wa hatari, ambao unajumuisha usafiri wa kimataifa (pamoja na kwenda/kutoka Kanada); kwenye meli ya kitalii; au nchini nje ya majimbo ya New England ya Maine, Vermont, Massachusetts, Connecticut, au Rhode Island kwa sababu zisizo za lazima.

Watu wanaokidhi vigezo vyta usafiri wa hatari wana chaguo la kufupisha karantini yao kwa kupata kipimo katika siku ya 7 ya karantini yao ili kupima maambukizo ya SARS-CoV-2 (SARS-CoV-2 ni virusi vipyta vyta corona vinavyosababisha COVID-19); kipimo hiki lazima kiwe cha molekuli (kwa mfano, kipimo chenye msingi wa PCR); vipyta vyta antijeni havikubaliki kwa kusudi hili. Ikiwa kipimo kinapatikana katika siku ya 7 ya karantini, mtu huyo hana dalili, na matokeo ya kipimo ni hasi, basi mtu huyo anaweza kumaliza karantini yake mapema, lakini bado lazima [ajichunguze](#) kwa dalili za COVID-19. [Dalili zozote mpya za COVID-19](#) zinapaswa kumfanya mtu huyo ajitenge na apimwe tena (hata ikiwa alipimwa hivi karibuni alipotoka karantini). “Kipimo” hiki cha siku 7 kinatumika tu kwa karantini inayohusiana na safari (sio karantini inayotokana na kukaribiana kwa hali inayohatarisha na mtu aliye na COVID-19).

Inaruhusiwa kwa wasafiri/wageni wanaolekeea NH kuenda karantini katika jimbo lao kwa siku 14 mara moja kabla ya kuwasili ikiwa hawakutumia usafiri wa umma ili kufika NH. Vinginevyo, wasafiri/wageni wanaolekeea



NH DIVISION OF
Public Health Services

Department of Health and Human Services



Ofisi ya Udhiliti wa Magonjwa ya Kuambukiza

NH wana chaguo la kuenda karantini katika jimbo lao kwa siku 7, na kisha kupata kipimo cha molekuli (kwa mfano, kipimo chenye msingi wa PCR) kupima maambukizo ya SARS-CoV-2 mara moja kabla ya kuwasili NH, na ikiwa matokeo ni hasi msafiri hahitajiki kuenda karantini anapofika NH ikiwa hakutumia usafiri wa umma ili kufika NH. Vipimo vya antijeni havikubaliki kwa kusudi hili. Karantini inamaanisha mtu huyo hawesi kuondoka nyumbani, hata kazini, shulenii, au kazi nyingine muhimu, na mtu anayesafiri kwenda NH huenda asimalize karantini kabla ya kupata matokeo ya kipimo chake na kabla ya kusafiri kwenda NH (yaani, kuanzia hatua ya kupata matokeo hasi hadi kuwasili kwake NH, lazima kusiwe na hatari nyingine yoyote ya kuambukizwa ya umma).

Misamaha ya Karantini ya Usafiri

Mashirika yanapaswa kukuza sera zao za kusafiri na kujitenga kufuatia mwongozo wa afya ya umma (mwongozo huu na [mwongozo](#) wa Usafiri wa Wafanyakazi wa NH DPHS, Uchunguzi, na Kujitenga) na [Miongozo ya Jumla](#). Misamaha ya mapendekezo ya karantini ya usafiri iliyoainishwa hapa inaweza kufanywa na biashara, mashirika, shule, n.k kwa watu wanaosafiri kwa sababu ya “safari muhimu”. Usafiri muhimu ni pamoja na kazini, shulenii, usalama wa kibinagsi, matibabu, utunzaji wa wengine, ulezi wa pamoja wa wazazi, dawa, na chakula au kinywaji (safari fupi za kuchukua chakula hotelini na kununua mboga pekee). Usafiri muhimu pia unajumuisha usafiri wa wanafunzi na wazazi au walezi wao ambao wanatembelea taasisi za elimu ya juu au shule za upili za maandalizi kama wanafunzi wanaoweza kujiunga baadaye, pamoja na kuwaruhusu wanafunzi kubaki shulenii na kukaa usiku mmoja. Wafanyakazi wasio muhimu ambao husafiri kwenye maeneo yenye hatari kubwa kwa sababu za kibinagsi au za burudani hawawezi kutegemea msamaha huu (angalia Mwongozo wa Usafiri wa Mwajiri wa NH DPHS, Uchunguzi, na Kujitenga kwa taarifa zaidi kuhusu jina na mwongozo wa “mfanyakazi muhimu”).

Misamaha ya mahitaji ya karantini kufuatia usafiri wa hatari kubwa, hata hivyo, haipaswi kuwa mazoea ya kawaida na juhudii zote zinapaswa kufanywa ili kuruhusu watu kuenda kazini, kusoma, au kufanya kazi nyingine muhimu kwa umbali katika kipindi chao cha karantini. Watu wanaoruhusiwa kufanya kazi au kuhudhuria shule licha ya usafiri wa hatari kubwa bado wanapaswa kuenda karantini kwa sababu nyingine zote isipokuwa kazi au shule, na hawapaswi kuhudhuria hafla za kijamii au mikusanyiko katika kipindi chao cha karantini.



NH DIVISION OF
Public Health Services

Department of Health and Human Services

Ofisi ya Udhibiti wa Magonjwa ya Kuambukiza

Muhtasari wa Karantini ya Usafiri

	Usafiri wa kimataifa, kwa meli ya kutalii, au nchini nje ya New England	Usafiri ndani ya New England au Kutosafiri
Dalili mpya au isiyoelezeka ya COVID-19	<p>Jitenge na upimwe mara moja.</p> <p>Ikiwa matokeo ni hasi mtu huyo anaweza kurudi kwenye shughuli za kawaida baada ya angalau saa 24 bila homa (kwa kutotumia dawa za kupunguza homa) na dalili nyininge zinazidi kuwa bora, NA mojawapo ya vigezo vitatu vifuatavyo hutumika:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mtu huyo anakamilisha kujitenga kwa ajili ya karantini kwa siku 14 kuanzia siku ya mwisho ya safari 2. Usafiri ulikuwa “safari muhimu” 3. Matokeo ya kipimo cha mtu huyo kwenye karantini ni hasi kwa SARS-CoV-2 katika siku ya 7 ya karantini (lazima kiwe kipimo cha molekuli ili kugundua maambukizo amilifu, kama vile kipimo cha PCR) <p>(Kumbuka: Ikiwa mtu alipimwa kabla ya siku ya 7 ya karantini kwa sababu ya dalili na matokeo yalikuwa hasi, basi kipimo cha pili katika siku ya 7 bado kinahitajika ili kumaliza karantini mapema.)</p>	<p>Jitenge na upimwe mara moja</p> <p>Ikiwa matokeo ni hasi mtu huyo anaweza kurudi kwenye shughuli za kawaida baada ya angalau saa 24 bila homa (kwa kutotumia dawa za kupunguza homa) na dalili nyininge zinazidi kuwa bora</p>
Bila dalili yoyote	<p>Jitenge kwa ajili ya Karantini kwa siku 14 kuanzia siku ya mwisho ya safari (isipokuwa safari muhimu)</p> <p>Mtu huyo ana chaguo la kupimwa nje ya karantini na matokeo hasi ya kipimo cha SARS-CoV-2 katika siku ya 7 ya karantini (lazima kiwe kipimo cha molekuli ili kugundua maambukizo amilifu, kama vile kipimo cha msingi wa PCR)</p>	Hakuna vizuizi
Matokeo Chanya ya Kipimo cha COVID-19	Kujitenga	Kujitenga

Safari Muhimu: Safari muhimu ni pamoja na kazini, shulen, usalama wa kibinagsi, huduma ya matibabu, utunzaji wa wengine, ulezi wa pamoja wa wazazi, kwa dawa, na kwa chakula au kinywaji (safari fupi za kuchukua chakula hotelini na kununua mboga pekee). Safari muhimu pia unajumuisha usafiri wa wanafunzi na wazazi au walezi wao ambao wanatembelea taasisi za elimu ya juu au shule za upili za maandalizi kama wanafunzi wanaoweza kujunga baadaye, pamoja na kuwaruhusu wanafunzi kubaki shulen na kukaa usiku mmoja. Wafanyakazi wasio muhimu ambao husafiri kwenye maeneo yenye hatari kubwa kwa sababu za kibinagsi au za burudani hawaweezi kutegemea msamaha huu.

Ni nini tofauti kati ya Kujitenga na Karantini?

Kujitenga kunatumika kwa watu ambao ni wagonjwa au wameambukizwa na virusi vipya vya corona vinavyosababisha COVID-19; na karantini inatumika kwa watu ambao huenda wameambukizwa na wako katika hatari ya kuambukizwa. Zote mbili zinamaanisha mtu anahitaji kukaa nyumbani mbali na wengine, lakini wakati unaohitajika kwa kila mmoja hutofautiana. Tazama muhtasari huu wa tofauti [mtandaoni](#).